USERS Life

CURSO VISUAL Y PRÁCTICO 04

Huerta Fácil en casa

Desde pequeños a grandes espacios

PRIMERAS TAREAS DE LA HUERTA

Raleo, aporque y conducción

EL RIEGO

¿Cómo y cuánto regar?

REPOLLO O COL RUIBARBO/ ESCAROLA

Precio en Argentina $49,90

ESPINACA

Hojas frescas, sabrosas y nutritivas

Siembra escalonada

- *Variedades*
- *Cuándo cosecharla*

¡DISFRUTA DE LA NATURALEZA Y MEJORA TU ALIMENTACIÓN!

USERS Life

CURSO VISUAL Y PRÁCTICO

Huerta Fácil en casa

Desde pequeños a grandes espacios

Dirección editorial
Miguel Lederkremer

Edición
Fernando Ojam

Autores
Darío Javier Schiavinato
Marcela Harris

Diseño y maquetado
Marina Mozzetti

Fotografía
Milena Iglesias

Producción
Gustavo De Matteo

Atención al lector, suscripciones y ventas
usershop@redusers.com

Publicidad
publicidad@redusers.com
+54(011)4110 8710

SUMARIO 04

1 / Los primeros días

4 / El riego

7 / Algunas tareas importantes

Guía de Cultivos

10 / Cultivo de tapa: Espinaca

13 / Escarola

16 / Repollo o Col

20 / Ruibarbo

CON TÉCNICAS SIMPLES QUE DAN RESULTADO
Huerta Fácil en casa
TOMATE
El riego
INCLUYE
576 PÁG. EN 24 FASCÍCULOS
VERSIONES IMPRESA Y DIGITAL
DIPLOMA DE FINALIZACIÓN DE CURSO*
ORDEN DE COMPRA POR $250
ENVÍO SIN CARGO
+54 (011) 4110-8700 | USERSHOP.REDUSERS.COM
SÓLO VÁLIDO PARA ARGENTINA Y HASTA AGOTAR STOCK DE 100 UNIDADES.

Los primeros días

De a poco, nuestra huerta va llenándose de plantas. Pero no debemos relajarnos: tenemos mucho trabajo por delante.

Ya pasaron algunas semanas desde que comenzamos con nuestro proyecto de huerta. Nuestra primera experiencia fue **conseguir las semillas y sembrarlas**, ya sea en almácigos o en el suelo definitivo. Pudimos haber usado la tierra que ya teníamos en casa, o preparar **nuestro propio sustrato** que, como hemos visto, es un medio de cultivo ideado y fabricado por nosotros mismos, con componentes que lo enriquecen o mejoran al agregarlos. Antes de sembrar, habremos agregado un poco de **compost**. Este producto, que también podemos preparar en algún espacio abierto de nuestra propia casa, aporta todos los nutrientes que nuestras plantas

Debemos cuidar a nuestras plantas durante sus primeros días de vida, en especial de las malezas.

requieren, y es **fundamental** si queremos que los productos de nuestra huerta sean saludables y sabrosos.

En este momento, ya comenzaremos a ver **las primeras plántulas** emergiendo sobre la superficie de la tierra o sustrato. Aún son pequeñas, y pueden ser muy vulnerables frente al clima, las plagas y las enfermedades. Por lo tanto, deberemos ocuparnos de su cuidado, para protegerlas en este momento de máxima sensibilidad, y así asegurarnos de que puedan **crecer y convertirse en plantas adultas**.

¿Qué es la fotosíntesis?

Seguramente, alguna vez hayamos escuchado que las plantas **fabrican su propio alimento**. Si bien esto no es del todo correcto, es una buena forma de explicar lo que ocurre en forma invisible dentro de ellas.

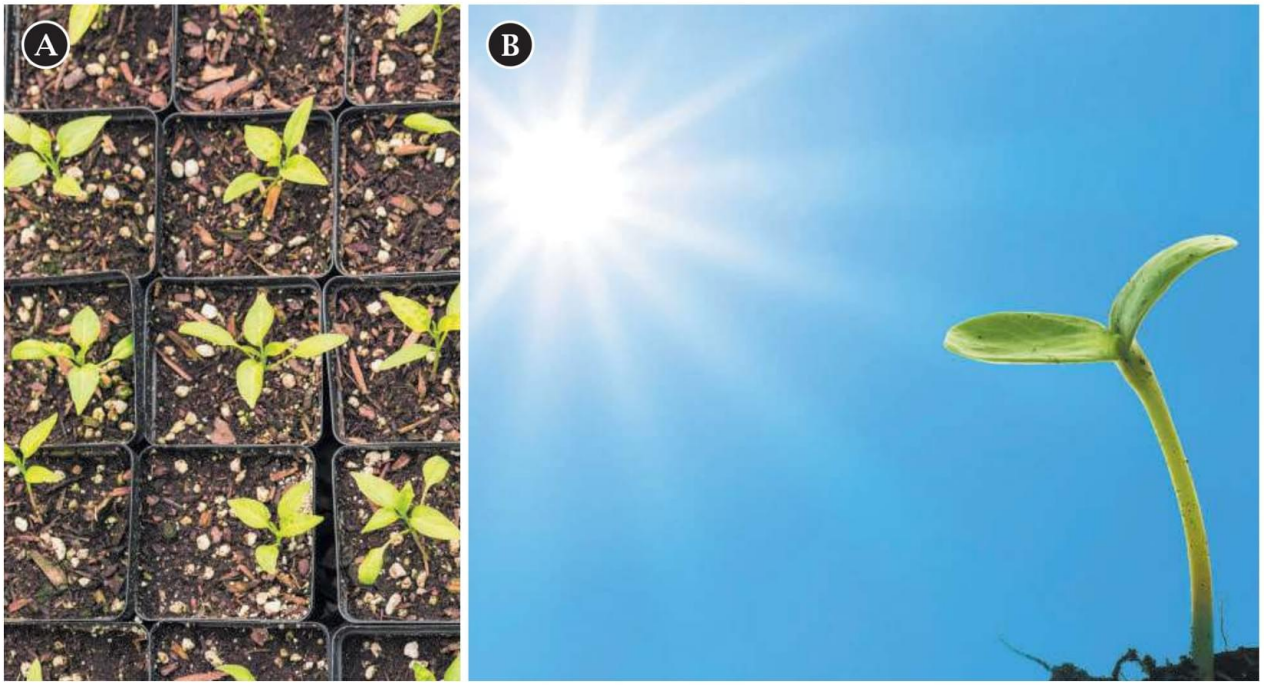
A diferencia de nosotros, los seres humanos, las plantas no tienen boca, ni estómago, ni intestinos, ni ningún tipo de **sistema digestivo**. Los humanos, al igual que otros animales, nos alimentamos a diario para obtener **energía**. Hay muchos tipos de energía en la naturaleza, y cada una recibe un nombre: esta energía que usamos nosotros cotidianamente para caminar, trabajar, estudiar, hacer deporte, etcétera, recibe el nombre de energía química.

Si bien es verdad que las plantas no se mueven de su sitio, también requieren energía química para vivir, crecer y mantenerse sanas y fuertes. Como las plantas no pueden obtenerla ingiriendo alimentos, necesitan buscar otra fuente de energía, y esa **fuente es el sol**.

Los rayos solares poseen un tipo especial de energía, llamada (por supuesto) energía solar.

La fotosíntesis es un proceso muy complejo, que les permite a las plantas aprovechar la energía solar.

No podemos verla, y tal vez es la primera vez que escuchemos hablar de ella, pero ya la conocíamos de antemano: si alguna vez dejamos algún objeto expuesto a los rayos del Sol, seguro habremos notado que ese objeto se calienta. Cuando los rayos solares impactan sobre el objeto, le transmiten su energía y elevan su temperatura. **La energía solar se transforma en calor**, y los rayos calientan todo lo que encuentran a su paso, especialmente durante el verano. Hasta **el aire puede calentarse** con los rayos del sol, y es por eso que en verano



A Las plántulas son muy pequeñas y vulnerables, por lo que debemos cuidarlas y protegerlas.
B Las plantas obtienen energía a partir de los rayos del sol.

sentimos mucho más calor que durante otras épocas del año.

Pero **las plantas son diferentes**: si colocamos una planta verde y joven al alcance de los rayos solares, notaremos que su temperatura también se eleva, pero poco. Si la planta fuese de plástico, o de algún otro material, evidentemente **se calentaría mucho más**. ¿Qué es lo que sucede? Podríamos pensar que las plantas son más resistentes a los rayos solares, pero lo que realmente ocurre es que las plantas logran **tomar una parte de la energía solar y transformarla en energía química**.

Este maravilloso proceso, que permite que las plantas puedan vivir muchos años sin necesidad de ingerir alimentos, se denomina **fotosíntesis**.

¿Por qué las plantas hacen fotosíntesis?

Ya hemos dicho que las plantas pueden realizar la fotosíntesis, mientras que los humanos y otros animales no. ¿Qué tienen las plantas de especial? La respuesta es otra palabra de la que hemos oído hablar: la **clorofila**.

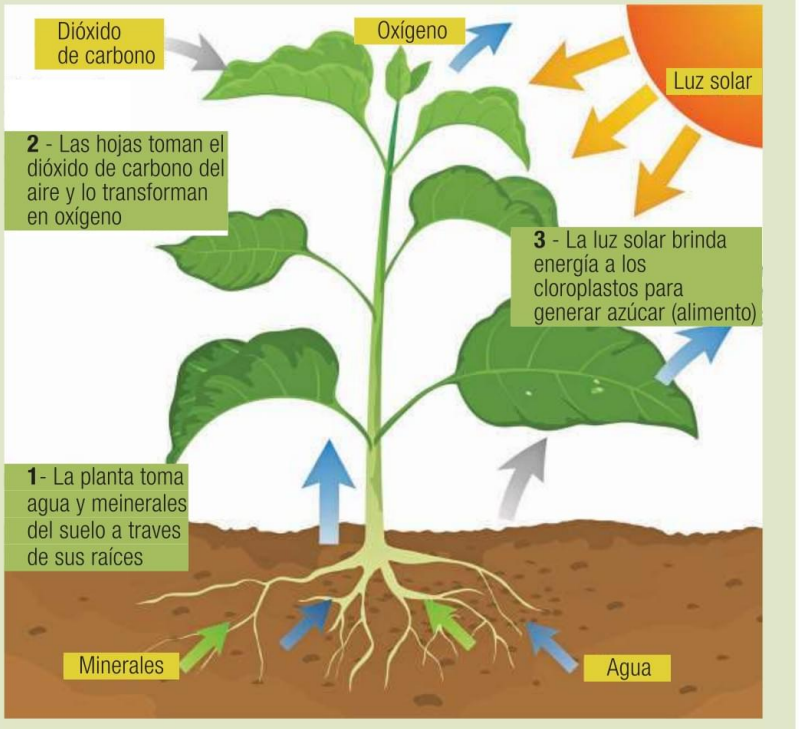
Esta sustancia, muy particular, se encuentra dentro de los tejidos verdes de las plantas. En realidad, la clorofila es un pigmento que le da la coloración verde a estas: **las hojas y los tallos jóvenes tienen clorofila** y son de un color verde intenso, mientras que los troncos de los árboles y las raíces no, y es por eso que se ven marrones.

Todo tejido verde (que tenga clorofila) puede realizar la fotosíntesis. El proceso entero es realmente muy complejo, y como ocurre **dentro de los tejidos** de la planta, no podremos verlo. Por lo tanto, para trabajar en la huerta, no será necesario que lo conozcamos en profundidad: simplemente deberemos saber que gracias a la clorofila, las plantas pueden realizar la fotosíntesis, y esto les permite producir su propia energía química o, dicho de otra forma, su propio "alimento".

jugo de clorofila

Se ha hablado mucho, en los últimos años, sobre los beneficios del jugo de clorofila o del jugo de pasto (wheatgrass juice). Si lavamos y licuamos un manojo de brotes verdes (lechuga, rúcula, diente de león, perejil, apio, etc.), podemos obtener una bebida desintoxicante, que mejorará el nivel de oxígeno en nuestra sangre, y nos dará energía para continuar con nuestro proyecto de huerta y con nuestras actividades diarias. Además, si licuamos las plantas con media manzana o jugo fresco de limón, lima, naranja o ananá, obtendremos una bebida más que deliciosa.

Proceso de fotosíntesis


Dióxido de carbono
Oxígeno
Luz solar
2 - Las hojas toman el dióxido de carbono del aire y lo transforman en oxígeno
3 - La luz solar brinda energía a los cloroplastos para generar azúcar (alimento)
1- La planta toma agua y meinerales del suelo a traves de sus raíces
Minerales
Agua

El riego

Todos los seres vivos necesitamos agua para vivir, y las plantas de nuestra huerta no son la excepción.

Regar es simplemente **agregar agua a nuestras plantas**. El agua es fundamental para ellas: todos sus tejidos, especialmente los más verdes y jóvenes, están formados en su mayor parte por agua. El agua mantiene a las plantas **siempre hidratadas y turgentes**, y les permite crecer y formar muchos tallos, hojas y flores. Si nuestras plantas no reciben agua durante varios días, comenzarán a **marchitarse**. Esto ocurre primero en las hojas, que comenzarán a doblarse hacia el suelo, para luego pasar a los tallos. Si la planta no recibe agua en este momento, no solo deja de crecer, sino que además, puede llegar a **morir**.

El alivio puede llegar en forma espontánea. Si nuestras plantas se encuentran al aire libre, el **agua de lluvia** mojará la tierra y penetrará en ella, quedando así disponible para las plantas. En la agricultura llamada **extensiva**, donde los cultivos ocupan una gran superficie y resulta imposible regar toda su extensión, cada lluvia es un verdadero tesoro.

Pero en nuestra huerta, que ocupa solo algunos metros cuadrados y se encuentra en nuestra propia vivienda, podremos solucionar los problemas de sequía con un **riego**.

Las lluvias son un gran alivio para las plantas, en especial cuando hace mucho calor.

¿Cómo regamos?

Para regar en nuestra huerta, podemos comprar una regadera en algún negocio dedicado al cuidado de jardines y huertas, o mucho mejor, **fabricarla nosotros mismos**, reciclando botellas y bidones de plástico viejos. Para ello, calentaremos con cuidado un alambre grueso al fuego directo, sosteniéndolo con una pinza para no quemarnos, y a continuación haremos **algunos orificios en la tapa** de la botella o bidón.

El objetivo de hacer los agujeros es que el agua salga en forma de **lluvia suave**, ideal para macetas y contenedores con plantas de pequeño tamaño.

Si regamos excesivamente, podemos llegar a perder algunos nutrientes muy importantes.

¿Cuánto regamos?

Una de las preguntas más frecuentes es: ¿cuánta agua deberemos aplicar? La respuesta depende de varios factores, como la tolerancia de la planta, la temperatura y la humedad del ambiente, la textura del suelo, etcétera. Para simplificar nuestro trabajo, en las fichas de la **Guía de cultivos** de cada Clase indicaremos cuánto debemos regar, delimitando cuatro niveles: **bajo, medio, medio-alto y alto**.

Si estamos regando una maceta o contenedor, alcanzaremos el **nivel medio** de humedad cuando notemos que el agua, luego de atravesar toda la maceta, comienza a **salir por los orificios del fondo**.

Si, en cambio, estamos regando el suelo de nuestra huerta, habremos alcanzado el nivel medio cuando notemos que, si continuamos agregando más agua, esta dejará de ingresar al suelo, y **permanecerá en la superficie**. Es decir, deberemos adelantarnos y evitar que esto ocurra.

Los niveles restantes los definiremos **a ojo**: para alcanzar un nivel bajo, simplemente regaremos **un poco menos** que para el medio, y lo opuesto para los niveles medio-alto y alto. La realidad es que la mayoría de las plantas de nuestra huerta **crecerán bien con un nivel medio de humedad**: los demás niveles estarán presentes porque, en algunos casos, los resultados podrían ser mejores si aplicamos un poco más o un poco menos de agua que lo normal. También, puede ocurrir que debamos modificar la frecuencia de riego en alguna etapa clave del cultivo: todo esto será indicado en las fichas, según corresponda.

dato útil

Una buena boca de manguera nos ayudará a controlar y dar forma al flujo de agua que usemos para el riego de nuestros cultivos.

Para superficies mayores, con plantas de mayor tamaño, podremos utilizar una **manguera común**. El agua saldrá con un chorro más potente, por lo que deberemos cuidar de no regar directamente plantas pequeñas o débiles, ya que la fuerza del agua podría dañarlas.

Cuando regamos un suelo o sustrato seco, observaremos que el agua que aplicamos rápidamente **desaparece en profundidad**. Esto se debe a que el suelo o sustrato es permeable, y el agua se mueve hacia abajo velozmente para llenar los **poros** llenos de aire, tal como vimos en la **Clase 02**. A medida que los poros se van llenando con agua, el líquido en la superficie irá desapareciendo más lentamente.

Cuidados especiales

Siempre procuraremos regar directamente el suelo o sustrato, corriendo las hojas que puedan molestarnos y colocando la regadera cerca de la tierra para no mojarlas. Si el agua cae sobre la planta no le hará ningún daño, pero buena parte del agua de riego quedará sobre la planta y se **evaporará sin tocar el suelo**. Por ello, si regamos el suelo en forma directa **ahorraremos agua**.

Una vez que el agua ya está en nuestro suelo o sustrato, también podemos tomar medidas para evitar que se evapore fácilmente. Una de ellas es regar por las mañanas o durante la noche, ya que en esas horas la temperatura es menor, y el suelo se secará más lentamente. Para lograr el mismo efecto, también podemos colocar una **cobertura de paja o cualquier material seco alrededor de nuestras plantas**.

Otra particularidad del agua, no tan conocida por el público en general, es que sirve como **medio de transporte para los nutrientes**. Como nuestro suelo tendrá siempre algo de agua, muchos de los nutrientes estarán disueltos en ella, y si las raíces de nuestras plantas toman el agua, **también tomarán estos nutrientes**. Pero no debemos regar nunca en exceso, especialmente si cultivamos plantas en macetas, ya que estos nutrientes podrían ser arrastrados por el agua hacia abajo. Al alejarse de la zona de acción de las raíces, estaríamos perdiendo nutrientes valiosos.

Esta función de transporte se mantiene incluso **dentro de la propia planta**: el agua asciende por los tallos de la planta y llega hasta las hojas y las flores más altas. Gracias a ella, los nutrientes podrán viajar y llegar fácilmente hasta esos órganos.

Ⓐ Riego por aspersión. Ⓑ Riego por goteo. Ⓒ Un riego que no moje las plantas nos permitirá ahorrar agua.

Algunas tareas importantes

Durante los primeros días, tendremos algunos trabajos para que nuestras plantas puedan crecer más y mejor. La recompensa no tardará en llegar.

El raleo o entresacado

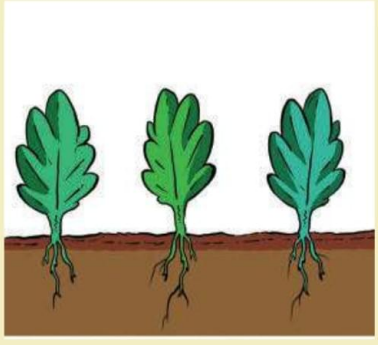
El agua y los nutrientes en nuestra huerta siempre son **limitados**. Si bien podemos regar y fertilizar cuantas veces queramos, las plantas rápidamente usarán estos recursos para su provecho. Esto lleva a una gran **competencia entre plantas**, que buscarán los mismos recursos para poder vivir. Algunas lograrán tomarlos con sus raíces antes que otras, y se verán muy beneficiadas.

Cuando la **competencia es excesiva**, por ejemplo porque hemos sembrado con una gran densidad, las plantas no lograrán crecer lo suficiente, y podríamos no lograr cumplir nunca los objetivos de nuestra huerta. En estos casos es cuando debemos realizar un **raleo o entresacado**, para reducir el número de plantas que buscan aprovecharse del agua y de los nutrientes que les ofrecemos.

Densidad de siembra

En algunos casos podremos sembrar con alta densidad, y luego ralear para cosechar plántulas pequeñas.

Raleo



Despues del raleo

Los aporques sirven para que algunas plantas puedan crecer mejor. Además, ayudan a proteger las raíces.

Para la mayoría de las hortalizas de nuestra huerta, es preferible que tengamos menos plantas, pero de mayor tamaño. En cada caso, indicaremos cuál es la **distancia final** que deberemos dejar entre plantas.

Distinto es cuando estamos cultivando brotes: como las plantas en este caso se consumen cuando aún son pequeñas, lo mejor será que sembremos con una densidad elevada, tal como lo veremos en la **Clase 07**.

El aporque

Aporcar significa **arrimar tierra, compost o cualquier sustrato similar** en la base de las plantas, para aumentar el volumen que pueden explorar las raíces. Es una tarea muy común en algunos cultivos, como repollos, maíz y papa, donde es necesario que agreguemos un poco más de suelo o sustrato cuando la planta se está formando, o incluso cuando ya es adulta.

El aporque ayuda a que las raíces, tubérculos u otros órganos subterráneos estén más protegidos. Además, es una buena oportunidad para **incorporar nutrientes**, si es que usamos compost (ya sea solo o mezclado con tierra) para realizar el aporque. No todos los cultivos de nuestra huerta necesitarán de un aporque; eso será indicado en la ficha de cada uno de los cultivos de este Curso.

La conducción de los tallos

Entre los cultivos que nos interesan por sus **frutos** (como tomate, calabaza, pepinos, etcétera), una tarea muy importante es la **conducción de los tallos**. Esto incluye una gran variedad de labores, como por ejemplo **podar, desbrotar, atar los tallos a un tutor**, entre otras, para **dar forma a la parte aérea** de la planta y, así, poder obtener más frutos que si dejáramos crecer libremente a la planta. Por supuesto que esto es válido también para **árboles frutales**, como manzanos, naranjos, ciruelos, etcétera, que desde luego también cultivamos por sus frutos.

Como veremos en la Clase siguiente, los tallos de las plantas se pueden **ramificar**. De un tallo principal pueden salir tallos secundarios y, de estos, tallos terciarios. Mediante

Ⓐ En algunos casos podremos sembrar con alta densidad, y luego ralear para cosechar plántulas pequeñas. Ⓑ El aporque nos permite aumentar el suelo o sustrato disponible para nuestras plantas.

Ⓐ La poda mejora la conducción de nuestras plantas. Ⓑ Atar las plantas a un tutor permite que ganen altura y alcancen más luz. Ⓒ Conducir las plantas evita que los frutos estén en contacto con el suelo.

la ramificación, que a veces puede ser muy compleja, la planta va formando una estructura, sobre la cual nacerán muchas hojas, flores y frutos.

Podremos pensar que es mejor no hacer ningún retoque, ya que si una planta tiene muchos tallos, también tendrá muchos frutos, que es nuestro objetivo final. Sin embargo, estaremos equivocados, porque dentro de una misma planta, los tallos también **compiten entre sí por los recursos** disponibles.

Si dejamos que las plantas crezcan en forma descuidada, probablemente terminen desarrollando **muchos tallos, pero muy pocos frutos**, ya que no habrá suficiente agua y nutrientes para abastecer a todos. Por lo tanto, lo mejor será que limitemos un poco el número de tallos, para que (al igual que al ralear) distribuyamos los recursos en menos partes.

Siempre que sea necesario conducir los tallos, aparecerá indicado detalladamente en la ficha del cultivo correspondiente.

¡Solo para avanzados!

Cuando tengamos un poco más de experiencia en la huerta, podremos usar el raleo como una herramienta para ganar tiempo y espacio en nuestra huerta. En algunos casos, como cuando sembramos radicheta, cebolla y rúcula, entre otros, las plántulas son perfectamente comestibles cuando aún son pequeñas. Son tiernas y jugosas, y podemos incluirlas en ensaladas o sándwiches.

Por lo tanto, una buena idea es sembrar intencionalmente con una densidad alta, para que el raleo nos provea de brotes tiernos durante las primeras semanas. De esta forma, estaremos ganando tiempo, ya que podremos consumir estas primeras plántulas y dejar las restantes en la tierra; así también espacio, ya que estaremos cultivando ambas cosas en el mismo lugar.

ESPINACA

Spinacea oleracea

Se consumen las hojas, crudas o cocidas.

Nivel de dificultad del cultivo

La espinaca es una hortaliza con un origen no del todo claro. Se cree que su cultivo se inició en el sudeste asiático, y que fueron los árabes quienes, hacia el siglo XI, la llevaron por primera vez a Europa. Actualmente, la espinaca es muy popular en todo el mundo, y se cultiva habitualmente en las zonas templadas, donde también puede crecer en forma silvestre.

Familia	Amarantáceas (anteriormente Quenopodiáceas)
Siembra	Desde principios del otoño hasta mediados de la primavera
Tiempo de germinación	Entre 1 y 2 semanas
Duración del cultivo	Entre 1 y 2 meses
Suelo	Ligeramente ácido
Separación entre plantas	10 a 15 cm
Riego	Medio a medio alto
Luz	Pleno sol, pero tolera la sombra
Rotaciones	Evitar otras amarantáceas, como acelga y remolacha

	Invierno			Primavera			Verano			Otoño		
Siembra	●	●	●	●	●					●	●	●
Cosecha	●	●	●	●	●	●	●					●

Si bien es muy común que la espinaca se comercialice **congelada**, si la cultivamos en nuestra huerta podremos disfrutar del sabor fresco de sus hojas durante todo el año. También es posible consumirlas cocidas, formando parte del relleno de pastas y en otros platos calientes.

Multiplicación

Podemos sembrar las semillas **a chorrillo** o **en líneas**, en almácigos o directamente en el suelo. También es posible sembrarlas **al voleo** en los almácigos. Realizaremos el **trasplante** cuando las plántulas tengan tres o cuatro hojas verdaderas, colocándolas en filas separadas unos 20-30 cm entre sí, y con una separación entre plantas de 10 a 15 cm.

Si sembramos directamente en el suelo, deberemos realizar un **raleo** para dar más espacio a las plantas, dejándolas a una distancia final de 10 a 15 cm.

Requerimientos y tareas

La espinaca no es un cultivo adecuado para el verano, ya que las altas temperaturas provocan que la planta **florezca prematuramente** y sus hojas pierdan calidad. Por tal motivo, realizaremos la siembra hasta mediados de la primavera, y la retomaremos a principios del otoño siguiente. En climas fríos, podremos cultivarla con éxito durante todo el año.

Deberemos regar nuestras plantas de espinaca con frecuencia, para asegurar un **nivel de humedad medio a medio-alto** en el suelo. La espinaca es una planta rústica y puede tolerar la **sombra**.

Plagas

Las espinacas son resistentes a las plagas. Sin embargo, nuestras plantas podrían sufrir ataques de **pulgones**.

Enfermedades

La espinaca también es muy resistente a las enfermedades. En tiempo húmedo, puede haber proliferación de **hongos**, que formen un moho gris sobre la planta.

Variedades

Podemos encontrar algunas variedades de espinaca común que se adapten mejor al cultivo en el verano, pero indudablemente lo más adecuado para disfrutar de esta hortaliza de hoja durante la época más cálida del año es sembrar la **espinaca tetrágona o de Nueva Zelanda** (*Tetragonia tetragonoides*). Esta planta no es realmente una variedad de espinaca; de hecho, pertenece a otra familia, las Aizoáceas. Sin embargo, puede sustituir perfectamente a la espinaca convencional, y su cultivo es muy similar, además de sencillo.

Es originaria de Nueva Zelanda, por lo que está perfectamente adaptada al ambiente isleño. Por este motivo, esta hortaliza crece muy bien en huertas cercanas a las **costas marítimas**. También tolera perfectamente la **salinidad**, como consecuencia de su ambiente de origen.

Es conveniente que coloquemos las semillas en **remojo durante 24 horas antes de sembrarlas**. Esto favorecerá la germinación.

Probablemente, no necesitemos volver a sembrarla, ya que las semillas caerán al suelo y germinarán de forma **espontánea**. Al ser una planta rastrera, podemos usarla como **cubresuelos**. Sin

Siembra escalonada

Para que nuestras plantas puedan producir hojas durante más tiempo, deberemos cosechar solo las hojas más externas. Para no dejar ninguna planta desnuda y sin hojas, lo más conveniente será que siempre contemos en nuestra huerta con muchas plantas de espinaca, de las cuales retiraremos unas pocas hojas de cada una de ellas.
Para optimizar el tiempo, sembraremos las semillas en forma escalonada. Cada 20 o 30 días podemos sembrar una nueva fila o un nuevo almácigo de espinacas, para reemplazar a aquellas que ya están finalizando su etapa de producción.

embargo, deberemos realizar podas en los bordes con frecuencia para limitar su crecimiento, ya que puede ser **muy invasora**.

¿Cuándo cosechamos?

Cosecharemos las hojas en forma **escalonada**, cortando las más grandes **a medida que las necesitemos**. Podemos dejar las hojas más pequeñas en la planta, para cosecharlas cuando se hayan desarrollado.

Es muy importante que utilicemos una **tijera bien afilada**, para que el corte pueda cicatrizar rápidamente y reduzcamos el riesgo de que aparezcan enfermedades.

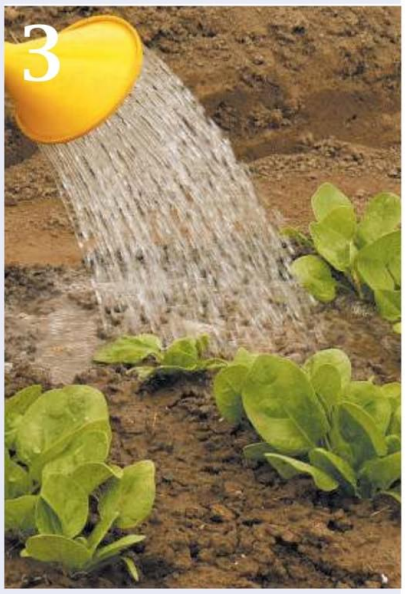
Paso a paso

Cómo obtenemos espinaca fácilmente

La espinaca es una hortaliza muy rústica, y podemos cultivarla en nuestra huerta sin complicaciones si seguimos los siguientes pasos.

1 Sembramos las semillas en forma directa, en surcos o líneas. También podemos hacerlo en almácigos, ya sea en líneas o al voleo.

2 Si optamos por la siembra directa, realizamos un raleo cuando las plántulas tengan algunas hojas, dejando una distancia final de 10 a 15 cm entre ellas. Si en cambio realizamos la siembra en almácigos, haremos el trasplante cuando las plántulas tengan tres o cuatro hojas verdaderas, ubicándolas en líneas separadas de 20 a 30 cm, y dejando de 10 a 15 cm entre plantas.



3 Regamos frecuentemente, para asegurarnos de que la tierra esté siempre húmeda.

4 Revisamos que no hayan plagas o enfermedades en nuestras plantas.

5 Cosechamos las hojas más grandes de las plantas, en forma escalonada. Utilizamos una tijera afilada, de manera que el corte sea limpio y cicatrice con facilidad.

6 Continuamos cortando hojas a medida que las necesitemos, hasta que la planta florezca. Dejamos algunas en pie para colectar sus semillas, que sembraremos en el futuro.

ESCAROLA

Cichorium endivia

La escarola es una hortaliza de hojas grandes y muy sabrosas. Se cree que es originaria de la zona del Mediterráneo, aunque algunos autores afirman que proviene de la India. Al ser **muy resistente al frío**, la escarola es una hortaliza ideal para las huertas de regiones con inviernos intensos, y puede reemplazar a la lechuga cuando no podemos cultivarla debido a las bajas temperaturas. También se cultiva con éxito durante los **veranos muy calurosos**,

Familia	Compuestas (o Asteráceas)
Siembra	Verano y principios del otoño, dependiendo de la variedad.
Tiempo de germinación	Entre 7 y 10 días
Duración del cultivo	Entre 3 y 4 meses
Suelo	Ligeramente ácido a neutro
Separación entre plantas	De 25 a 30 cm
Riego	Medio
Luz	Pleno sol o sombra parcial
Rotaciones	Evitar otras compuestas, como lechuga, radicheta, achicoria y alcaucil o alcachofa.

Se consumen las hojas frescas de la planta.

hojas frescas

Nivel de dificultad del cultivo

	Invierno			Primavera			Verano			Otoño		
Siembra							●	●	●	●	●	
Cosecha	●	●								●	●	●

por lo que también puede ser utilizada como sustituto de la lechuga en esa época.

Multiplicación

Sembraremos las semillas **al voleo**, ya sea en almácigos o directamente en el suelo. Podemos realizar el trasplante cuando las plántulas tengan entre 3 y 4 hojas verdaderas, dejándolas a una distancia de 25 a 30 cm entre plantas. Si optamos por la siembra directa, la densidad no debe ser muy alta: si observamos que las plantas se encuentran muy cercanas, realizaremos un **raleo** hasta lograr la misma distancia final entre plantas.

Podemos sembrar las variedades de hojas crespas al **inicio del verano**, con siembras escalonadas cada tres semanas. Las variedades de hojas lisas las sembraremos a **finales del verano y principios del otoño**. Esto nos permitirá cosechar y disfrutar esta hortaliza durante más tiempo.

Requerimientos y tareas

La escarola es una planta bastante rústica, y no requerirá demasiados cuidados. Deberemos aplicar riegos en forma regular, especialmente en verano.

Si logramos que la humedad del suelo sea óptima, podremos cultivar esta hortaliza durante todo el año. Una buena idea para lograr este objetivo es colocar una **cobertura de paja** alrededor del cuello de las plantas.

Unos dos o tres meses luego de la siembra, cuando observemos que la planta se encuentra suficientemente desarrollada, realizaremos el blanqueo de las hojas centrales. Una forma de hacerlo es **atando las plantas en la parte superior**, de manera que las hojas exteriores cubran a las más internas e impidan la llegada de los rayos del sol. Gracias a esto, estas hojas tendrán un sabor más suave y menos amargo.

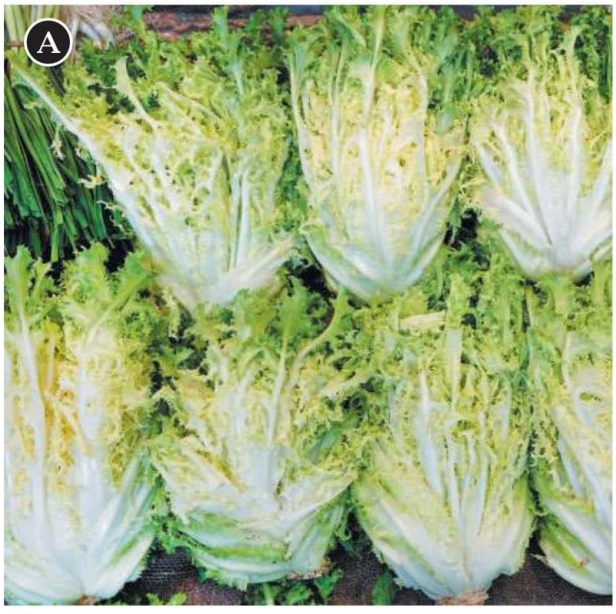
Si disponemos de **túneles pintados de blanco**, estos también pueden ser usados para el blanqueo.

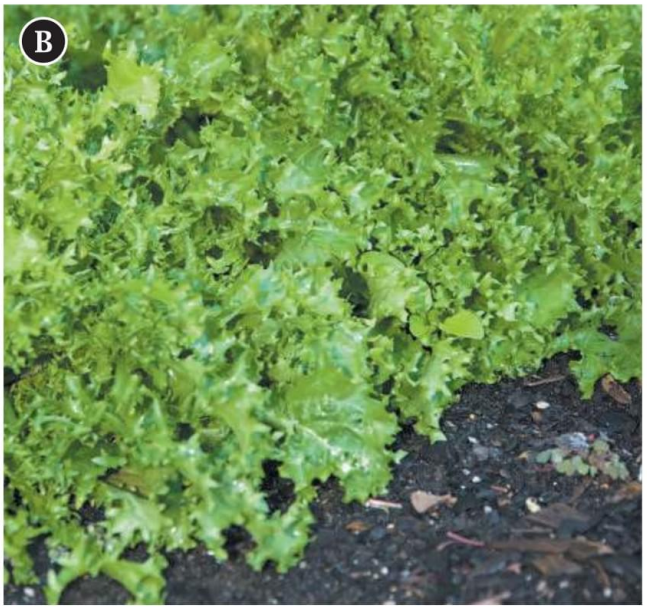
Plagas

La escarola puede ser atacada por caracoles y babosas.

Enfermedades

Al igual que en la lechuga, la escarola puede ser afectada por la quemadura del borde de la hoja o *tipburn*. Si la humedad es excesiva, puede ser atacada por algunas enfermedades fúngicas, como botritis o mildiu.





A Cosecharemos la planta entera, cuando el interior de las plantas esté total o parcialmente blanqueado. B Escarola de hojas crespas.

Variedades

Podemos encontrar, principalmente, dos grupos: las de hojas lisas, más parecidas a una lechuga; las de hojas enruladas y crespas, con la hoja bien dividida y sinuosa.

Como hemos dicho, identificar la variedad permite determinar cuál es el mejor momento para realizar la siembra.

¿Cuándo cosechamos?

Cuando las hojas interiores se hayan blanqueado total o parcialmente, unas tres semanas luego de realizado el blanqueo, podremos cosecharlas. Para esto, tiraremos con cuidado de la base de las plantas, **descalzando la planta entera**, o podemos **cortar el tallo** con un cuchillo afilado. Las hojas externas (que suelen ser muy amargas) y la raíz de la planta pueden utilizarse para preparar compost.

Paso a paso

Cómo obtenemos escarola

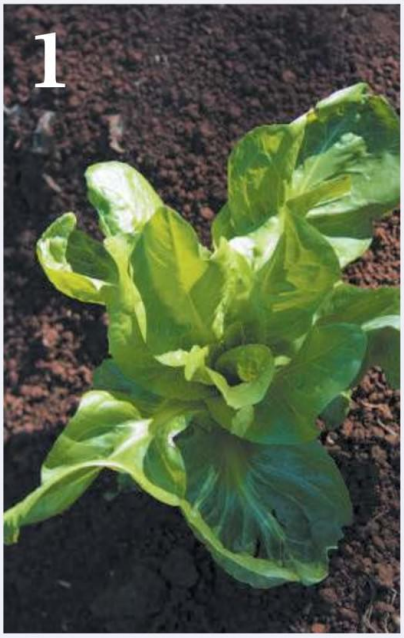
La escarola es un cultivo que tolera climas muy diversos, y sus hojas pueden realzar el sabor de nuestras ensaladas.

1 Sembramos las semillas al voleo en el suelo directamente, en almácigos o en bandejas alveoladas.

2 Realizamos el trasplante y los raleos necesarios, asegurándonos de que la distancia final entre plantas sea de 25-30 cm.

3 Mantenemos la humedad del suelo o sustrato en un nivel medio.

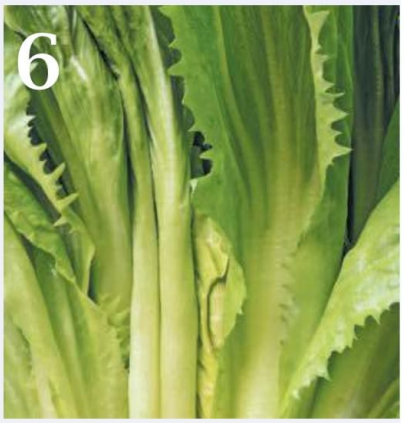
4 Observamos atentamente nuestras plantas para detectar daños causados por plagas o enfermedades.



5 Cuando la planta se encuentre bien desarrollada, unos 2 o 3 meses luego de la siembra, realizaremos el blanqueo, atando la planta en su parte superior o colocando túneles pintados de blanco.

6 Unas tres semanas luego del blanqueo, cuando el interior de las plantas esté blanqueado, las cosechamos descalzándolas o cortando al ras del suelo con un cuchillo afilado.

7 Dejaremos algunas plantas sin cosechar, para que formen flores y posteriormente semillas, que nos servirán para volver a reiniciar el ciclo.



REPOLLO O COL

Brassica oleracea var. *capitata*

Se consumen las hojas frescas de la planta.

hojas frescas

Nivel de dificultad del cultivo

El cultivo del **repollo** o **col** nació en la zona del Mediterráneo. Si bien se cultiva desde hace mucho tiempo, hasta el siglo XIX era considerada una hortaliza propia de campesinos y agricultores, y las clases altas europeas no la consumían. Su cultivo se difundió posteriormente hacia todas las zonas templadas del planeta, y actualmente es una de las hortalizas más presentes en la gastronomía mundial.

Familia	Crucíferas (o Brasicáceas)
Siembra	Todo el año, dependiendo de la variedad
Tiempo de germinación	Alrededor de 1 semana
Duración del cultivo	Entre 3 y 4 meses
Suelo	Ácido
Separación entre plantas	De 30 a 45 cm
Riego	Medio - alto
Luz	Pleno sol
Rotaciones	Evitar otras crucíferas, como coliflor, rabanitos, brócoli, etcétera

	Invierno			Primavera			Verano			Otoño		
Siembra	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
Cosecha	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

Al igual que otros miembros de su familia, las crucíferas, el repollo **se adapta perfectamente a las temperaturas bajas**, por lo tanto, siempre estará presente en nuestra huerta en los meses más fríos del año. Como hay muchos cultivos que no se adaptan al frío, los repollos resultan ideales para que nuestra huerta se mantenga en producción en otoño y en invierno.

Multiplicación

Sembraremos las semillas **al voleo**, en almácigos. En climas templados, podemos sembrar repollos durante todo el año, si elegimos bien la variedad (ver más abajo). En verano, será conveniente que coloquemos una media sombra sobre el almácigo, mientras que en invierno deberemos colocar el almácigo en el interior de nuestra casa, para que esté a resguardo del frío intenso. Si vivimos en una **zona cálida**, la única época de siembra posible será a finales del verano.

Cuando las plántulas tengan tres o cuatro hojas verdaderas, realizaremos el **trasplante**; colocaremos las plantas en filas, con una separación de 30 a 45 cm entre ellas. La profundidad a la que trasplantaremos los plantines deberá ser la misma que tenían cuando se encontraban en el almácigo.

Requerimientos y tareas

Los repollos o coles deben contar siempre con un suelo **húmedo**, por lo que deberemos regar frecuentemente. También deben contar con una buena dotación de **nitrógeno**, por eso es conveniente cultivarlos luego de alguna especie de leguminosas, como arvejas, porotos o habas. Pueden tolerar levemente la salinidad en el suelo.

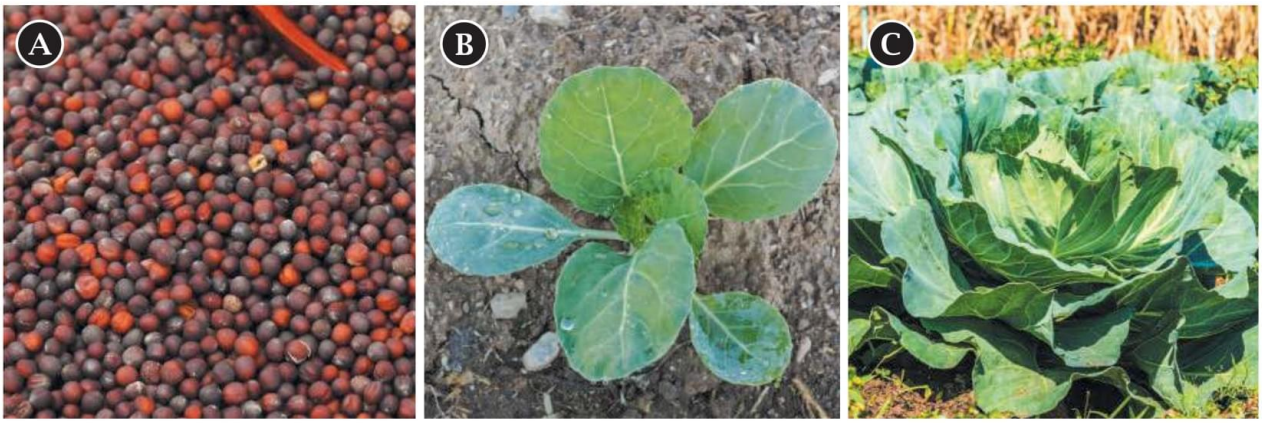
Durante las primeras semanas, deberemos prestar atención a la presencia de **malezas**, que puedan competir con nuestras plantas cuando estas aún son pequeñas. Si logramos identificar alguna de ellas entre las malezas que presentamos en la **Clase 11**, la trasplantaremos para cultivarla en otro sector de la huerta. Cuando las plantas de repollo tengan de 20 a 25 cm de altura, deberemos realizar un **aporque**, colocando compost alrededor de la base del tallo. Esto beneficiará a nuestras plantas, ya que las raíces tendrán más volumen de suelo para explorar.

Plagas

Hay una gran cantidad de plagas que pueden afectar a nuestros repollos o coles. Deberemos revisar permanentemente las plantas, para detectarlas en forma temprana y evitar que generen daños importantes.

Muchos **gusanos y orugas** atacan la base de las plántulas, cuando aún son muy pequeñas. Otras atacan las cabezas cuando comienzan a formarse. La **mosca de las coles**, en su estado de larva, ataca los tallos y raíces de las plantas, cavando galerías dentro de ellos.

También podemos llegar a ver ataques de **pulgones**, que pican las hojas, y **gorgojos**, que penetran las raíces y causan bultos o agallas.



Ⓐ Semillas de repollo. Ⓑ Plántula de repollo. Ⓒ Repollo para cosechar.

Ⓐ Repollos o coles colorados. Ⓑ Repollos o coles blancos.

Enfermedades

Una de las enfermedades más graves en los repollos es la **hernia de las coles**, causada por un hongo que ataca las raíces de las plantas y genera deformaciones y bultos blanquecinos. Este hongo ataca a varios miembros de la familia de las **crucíferas**, como nabos, rabanitos, brócoli y coliflor, e incluso logra sobrevivir varios años en el suelo ante la falta de ellos. En la **Clase 11**, enumeraremos las mejores medidas para prevenir la aparición de esta grave enfermedad y, si la detectamos en nuestra huerta, para tratarla y reducir sus efectos.

Otra enfermedad que se puede presentar en los repollos es el **marchitamiento**, causado por la bacteria llamada *Xanthomonas*.

Variedades

Podemos encontrar repollos **blancos** y repollos **colorados**, dependiendo del color de sus hojas. La manera en que los cultivaremos no diferirá en forma importante debido a su color, sino más bien a la **época ideal para sembrar**: encontraremos variedades de repollos blancos o colorados ideales para **siembra temprana** (es decir, desde mediados a finales del invierno), y otras para **siembra tardía** (es decir, bien entrada la primavera). Este es un dato que deberemos tener en cuenta a la hora de conseguir semillas, ya que obtendremos los mejores resultados si sembramos la **variedad adecuada en el momento apropiado**. También encontraremos variedades que permiten la siembra **durante todo el año**, aunque esto será

¡Elijamos bien la época!

Hay muchas variedades disponibles de repollos, que nos permitirán disfrutarlos durante todo el año. Sembrando cada variedad en su época correspondiente, los repollos estarán siempre presentes en nuestra huerta, si el clima de nuestra región no es demasiado cálido.
Contar con variedades para cada época del año representa una ventaja, pero también un desafío. Deberemos elegir correctamente la época de siembra, ya que, si sembramos en un momento incorrecto, nuestras plantas podrían florecer prematuramente. Esto significa que las plantas no llegarán a formar la cabeza, sino que tendrán siempre hojas sueltas, y luego formarán un tallo con flores. Deberemos, por lo tanto, elegir bien las variedades en el momento de sembrar. Si la floración ocurre antes de lo debido, no nos lamentemos, ya que podemos aprovechar estas plantas para cosechar semillas, e incorporarlas a nuestro banco de semillas. Si hemos anotado la fecha en que las sembramos, sabremos que esa no es la época adecuada, y podremos evitar errores en el futuro.

posible solo en climas templados, y probablemente se comporten mejor en una época determinada que en otra.

¿Cuándo cosechamos?

Cosecharemos nuestros repollos o coles cuando observemos que la **cabeza está bien compacta** y **firme al tacto**. Si presionamos con las yemas de los dedos, sentiremos las cabezas bien duras. Sin embargo, no debemos dejarlas mucho tiempo en la planta, ya que podrían agrietarse o rajarse.

Para cosechar los repollos, deberemos cortar las cabezas **por debajo del nacimiento de las hojas**, con un cuchillo bien afilado. Podemos dejar la base de la planta en el suelo de nuestra huerta, junto con las hojas más externas y abiertas. De ella, **nacerán brotecitos** que formarán nuevas cabezas, más pequeñas.

Paso a paso

Cómo obtenemos repollo o col

Los repollos o coles siempre están presentes en las huertas, especialmente durante los meses más fríos del año.

1 Sembramos las semillas en almácigos, al voleo.

2 Cuando las plántulas tengan tres o cuatro hojas verdaderas, las trasplantamos a su lugar definitivo, dejando una distancia de 30 a 45 cm entre ellas.

3 Mantenemos la humedad del suelo siempre en un nivel medio-alto.

4 Revisamos permanentemente nuestras plantas para detectar enfermedades o plagas. También mantenemos nuestro cultivo libre de malezas.

5 Cuando las plantas alcancen de 20 a 25 cm de altura, realizamos un aporque, colocando compost alrededor de sus bases.

6 Cuando las plantas hayan formado una cabeza compacta, firme al presionar con las yemas de los dedos, podemos cosecharlas. Para esto, cortamos con un cuchillo afilado por debajo del nacimiento de las hojas, dejando la base de la planta en la tierra.

7 Si la época lo permite, se formarán nuevos brotes a partir de estas bases, que podemos cosechar cuando alcancen un desarrollo adecuado.

8 Dejaremos algunas plantas sin cosechar, para que florezcan y formen semillas que utilizaremos en las próximas siembras.

RUIBARBO

Rheum rhabarbarum

Se consumen los pecíolos o pencas.

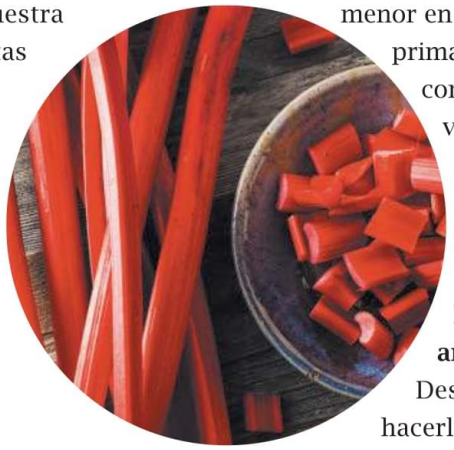
Nivel de dificultad del cultivo

El ruibarbo es un cultivo ideal para **climas fríos**. Al haberse originado probablemente en las frías tierras de **Rusia**, esta planta requiere de bajas temperaturas para que los **pecíolos de sus hojas** (que es la parte comestible) se tornen de un color rojizo y sean comestibles. Si no tenemos varios meses de frío, nuestras plantas de ruibarbo no madurarán correctamente, y los pecíolos quedarán de color verde.

Familia	Poligonáceas
Siembra	Desde fines del otoño hasta fines del invierno
Tiempo de germinación	Entre 2 y 4 semanas
Duración del cultivo	Entre 3 y 4 meses
Suelo	Ligeramente ácido
Separación entre plantas	Alrededor de 1 metro
Riego	Medio
Luz	Pleno sol
Rotaciones	Al ser una planta perenne, no haremos rotaciones con ella.

	Invierno			Primavera			Verano			Otoño		
Plantación	●	●	●									●
Cosecha			●	●	●	●	●					

Una aclaración muy importante que debemos hacer es que las láminas de las hojas (es decir, la porción más ancha y amplia, de color verde) son **tóxicas para el consumo humano y de muchos otros animales**. Por lo tanto, deberemos evitar el cultivo de ruibarbo en nuestra huerta si tenemos niños o mascotas que puedan acceder a ella con facilidad. Afortunadamente, las hojas también resultan tóxicas para muchas plagas, por lo que difícilmente tengamos problemas con ellas. Además, podemos aprovechar las láminas para preparar un **purín casero**, que es un producto orgánico que podemos aplicar a modo de insecticida, y que nos servirá, especialmente, contra pulgones, babosas y caracoles.



Multiplicación

La manera más fácil de multiplicar el ruibarbo es mediante la **división de matas**. Al ser una planta **perenne** (es decir, que vive varios años), si logramos cortar un buen fragmento de rizoma, de por lo menos 10 cm de longitud y con raíces, podremos plantarlo y obtener una nueva planta a partir de él.

La mejor época para dividir las matas es a **finales del otoño, o durante el invierno**, que es la época más fría del año y cuando la planta se encuentra en reposo, sin crecimiento activo. El estrés que significa la división para la planta será menor en esta época, y a la llegada de la primavera, cuando las temperaturas comiencen a aumentar, la planta volverá a retomar normalmente su actividad.

No será necesario que realicemos la división de matas todos los años, simplemente la haremos **cada cuatro o cinco años, para renovar las plantas**. Desde luego, también podemos hacerlo si deseamos aumentar la producción, pero con unas pocas plantas tendremos suficiente ruibarbo para nuestro propio consumo.

Requerimientos y tareas

Nuestras plantas de ruibarbo crecerán adecuadamente en un **suelo con buen drenaje** (preferentemente con poca arcilla), algo **ácido y fértil**. Para esto, cada invierno agregaremos abundante compost alrededor de las plantas (si fuera necesario, podemos sacar con una pala buena parte de la tierra que rodea a las plantas,

No todo es lo que parece

Como ya hemos dicho, la parte comestible del ruibarbo son los **pecíolos o pencas de las hojas**. Sin embargo, es muy común que leamos en libros o escuchemos de boca de otras personas que lo que se consume del ruibarbo son los **tallos**. La confusión se da por las formas y los colores: si bien la lámina de las hojas es bien grande y de un color verde intenso, los pecíolos también se consideran parte de las hojas, a pesar de ser más angostos y con tintes rojizos.
Por lo tanto, decir que son tallos es incorrecto: los **verdaderos tallos** del ruibarbo son horizontales, y crecen al ras del suelo. De ellos nacen las hojas, y también las raíces, y son los que cortaremos en invierno para dividir las matas, y así poder multiplicar la planta.

Las hojas de ruibarbo parecen salir directamente de la tierra, pero es porque debajo de ella hay un rizoma.

Ⓐ Las plantas de ruibarbo pueden ocupar mucho lugar de nuestra huerta. Ⓑ Hojas de ruibarbo, formadas por la lámina verde y el pecíolo rojizo.

y a continuación reemplazarla por compost fresco). Esto garantizará una buena provisión de nutrientes, para que las plantas puedan crecer y mantener una gran cantidad de hojas.

Deberemos regar habitualmente nuestras plantas de ruibarbo, especialmente durante la primavera y el verano, para mantener el suelo con un nivel medio de humedad, y así apaciguar un poco el efecto de las altas temperaturas. Como ya hemos mencionado, el cultivo de ruibarbo es posible **solo en climas fríos**, por lo que no podremos realizarlo si tenemos veranos muy intensos en nuestra zona.

Paso a paso

Purín de hojas de ruibarbo (*Insecticida orgánico*)

Podemos aprovechar las láminas de las hojas, que son tóxicas, para preparar un purín casero, que podemos utilizar como insecticida orgánico.

1 Cortamos tres o cuatro láminas de ruibarbo y las colocamos en una olla con agua.

2 Encendemos el fuego y lo ponemos al máximo.

3 Luego del hervor, bajamos a fuego lento, y lo dejamos así durante media hora.

4 Apagamos el fuego y dejamos reposar hasta que el líquido se enfríe.

5 Cuando se haya enfriado, colamos nuestro purín con un colador, pasándolo a un rociador o botella con orificios en la tapa.

6 Rotulamos bien el recipiente, indicando que es tóxico, y lavamos bien la olla, el colador y el resto de los elementos utilizados.

Cuando las plantas ya sean grandes, podemos acelerar un poco el desarrollo de las hojas realizando un **forzado**. Esto significa sombrear totalmente las plantas, para que la ausencia de luz haga madurar más rápidamente a los pecíolos. Para el forzado, podemos usar una maceta grande, o un cesto, y colocamos en posición invertida, cubriendo totalmente la planta. Revisaremos nuestras plantas al menos una vez por semana.

Todos los años, nuestras plantas de ruibarbo florecerán. Veremos que se forma un brote grueso sobre las bases de los pecíolos. Deberemos **cortar este brote en cuanto aparezca**, con un cuchillo o tijera afilados, para evitar que las flores compitan con los pecíolos, y así estos resulten más grandes y suculentos.

Plagas

La toxicidad de las láminas de las hojas de ruibarbo repele los ataques de muchas plagas, por lo que habitualmente no tendremos problemas con ellas. Podríamos ver agujeros a lo largo de toda la planta causados por el **curculio o gorgojo del ruibarbo**, especialmente si tenemos plantas de acedera (*Rumex acetosa*, otro miembro de la familia Poligonáceas que presentamos en esta misma Clase) cerca de ella. Retirando un poco las plantas de acedera, que es donde viven estos insectos, reduciremos su presencia en el ruibarbo.

Enfermedades

Si tenemos un exceso de humedad en el suelo, sumado a un clima húmedo, nuestras plantas de ruibarbo pueden ser afectadas por **hongos**, que ataquen las raíces y rizomas. Esto puede potenciarse si realizamos los cortes con herramientas desafiladas. Como veremos, al momento de cosechar los pecíolos lo mejor es **arrancarlos con las manos**, para no dañar los tallos y evitar heridas que sirvan como puerta de entrada para enfermedades.

Variedades

Algunas variedades se pueden cultivar en **climas no tan fríos**, ya que toleran mejor las temperaturas un poco mayores. Todas las tareas y el resto de los requerimientos son idénticos para todos los ruibarbos.

¿Cuándo cosechamos?

Para estimular el crecimiento de nuestras plantas, será conveniente que no cosechemos durante el primer año, tomemos unos pocos

Ⓐ El forzado de las plantas permite que podamos cosechar en forma temprana. Ⓑ Cortaremos los brotes antes de que florezcan, para que la planta pueda dedicar más nutrientes a los pecíolos.

pecíolos grandes el segundo año, y **a partir del tercer año** cosechemos en forma abundante. Podemos comenzar a recolectar los pecíolos a finales del invierno, y extender la cosecha hasta el comienzo del verano, en la **medida en que los necesitemos**. Siempre comenzaremos por los pecíolos más grandes.

Para cosechar, simplemente tomaremos los pecíolos con ambas manos y tiraremos hacia afuera y hacia abajo, hasta que se quiebren en la base. Este método permite arrancarlos con facilidad, sin dañar el tallo, y así la planta podrá continuar viviendo varios años más.

Una precaución importante: deberemos **evitar cosechar más de la mitad de las hojas** de cada planta, para no generar un estrés muy grande, y permitir que esta pueda reemplazarlas con nuevas hojas.

Paso a paso

Cómo obtenemos ruibarbo fácilmente

El ruibarbo es una hortaliza que podemos usar como postre, debido a su sabor dulce y agradable.

1 Dividimos las matas de ruibarbo a finales del otoño o durante el invierno, cortando el rizoma para obtener uno o más trozos con raíces.

2 Plantamos el o los fragmentos obtenidos en pozos de unos 2 cm de profundidad, separados entre sí por un metro de distancia. Cubrimos los pozos con compost y regamos.

3 Regamos habitualmente nuestras plantas, especialmente cuando haga calor.

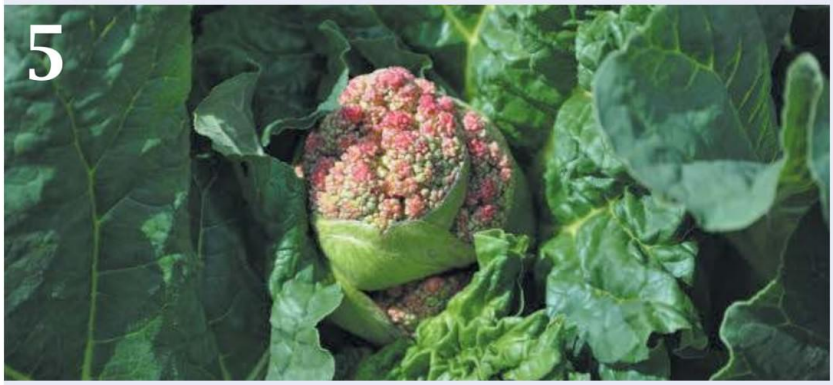
4 Observamos nuestras plantas para detectar alguna plaga o enfermedad que pueda estar haciendo daño.

5 Durante el primer año, solo nos ocuparemos de cortar los brotes con flores ni bien aparezcan. No cosecharemos para permitir que la planta crezca libremente.

6 Durante el segundo año, cosechamos algunos pecíolos a finales del invierno, preferentemente los que estén más maduros y grandes.

7 A partir del tercer año, podemos cosechar hasta la mitad de los pecíolos de cada planta, desde el final del invierno hasta el inicio del verano.

8 A los cuatro o cinco años de vida de la planta, podemos cortar un fragmento de rizoma, para plantarlo y así obtener una nueva planta para reemplazarla.



EN LA PRÓXIMA CLASE ...

Distribuidores. Argentina. Capital: Vaccaro Hnos. Representantes de Editoriales S.A., Av. Entre Ríos 919 1er piso (1080), Ciudad de Buenos Aires, Tel. 5411-4305-3854/3908. Interior: Distribuidora Interplazas S.A. (DISA) Pte. Luis Sáenz Peña 1832 (C1135ABN), Buenos Aires, Tel. 5411-4305-0114. México DF: Arredondo Distribuidora S.A. de C.V., Iturbide Nº 18-d frente a cine Palacio Chino - Col. Centro, Tel. 55126069. México. Interior: Compañía distribuidora de periódicos, libros y revistas S.A. de C.V. Centeno Nº 580. Col. Granjas México. Delegación: IZTACALCO. Distrito Federal. C.P. 08400. Tel. 5128-6670. Perú: Distribuidora Bolivariana S.A., Av. República de Panamá 3635 piso 2 San Isidro, Lima, Tel. 511 4412948 anexo 21. Uruguay: Espert S.R.L., Paraguay 1924, Montevideo, Tel. 5982-924-0766. Venezuela: Distribuidora Continental Bloque de Armas, Edificio Bloque de Armas Piso 9.°, Av. San Martín, cruce con final Av. La Paz, Caracas, Tel. 58212-406-4250. Curso visual y práctico Huerta Fácil en casa. Editor responsable: Fox Andina S.A., 15 de Noviembre de 1889, 1339, C1130ABE, Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina. Fecha de edición y Copyright © IX-MMXVI, ISSN: 2525-0345. Todos los derechos reservados. Esta publicación no puede ser reproducida ni en todo ni en parte, por ningún medio, sin el permiso previo y por escrito de esta casa editorial. La editorial no asume responsabilidad alguna por cualquier consecuencia derivada de la fabricación, funcionamiento y/o utilización de los servicios y productos que se describen, analizan o publicitan. Las notas firmadas reflejan la opinión de los autores sobre los temas tratados, sin que ello implique solidaridad de la revista con su contenido. Impreso en Sevagraf S.A., Costa Rica 5226 y Fulton, Grand Bourg, Argentina.

USERS Life

CURSO VISUAL Y PRÁCTICO

Huerta Fácil en casa

Desde pequeños a grandes espacios

Algunos de los cultivos que conoceremos

HORTALIZAS DE HOJA: lechuga, rúcula, radicheta, cebolla de verdeo, acelga, apio, repollo
FRUTOS: tomate, ají, berenjena, melón, sandía, frutilla, kiwi, vid, calabaza, zapallo
HORTALIZAS SUBTERRÁNEAS: papa, zanahoria, cebolla, batata, ajo, rábano, remolacha
TALLOS COMESTIBLES: alcaucil, espárrago, coliflor, brócoli, puerro
GRANOS Y SEMILLAS: choclo, lenteja, garbanzo, arveja, poroto
PLANTAS O HIERBAS AROMÁTICAS: romero, tomillo, orégano, menta, albahaca, laurel, perejil
ÁRBOLES FRUTALES: manzano, peral, membrillero, olivo, mango, naranjo, pomelo, mandarino

...¡y muchos más!

TEMAS DEL CURSO

Los distintos tipos de siembra: directa, en almácigos

El suelo y los sustratos: cómo armar la base de nuestros cultivos

Compost en casa: creando nuestro propio fertilizante

El riego y las tareas importantes: raleo, poda, aporque

Las plantas: conociendo el interior de nuestros cultivos

La biodiversidad en la huerta: animales, insectos y microorganismos

Aprovechamiento y uso del espacio

Orientar nuestros cultivos según el sol y la época

Primavera, verano, otoño e invierno: nuestra huerta, todo el año

¿Cómo y para qué asociamos y rotamos cultivos?

Las malezas y la competencia entre plantas

Plagas y enfermedades: prevenir y sanar

Plantas trepadoras y huertas verticales: ventajas y posibilidades de los “jardínes colgantes”

Conservar y almacenar nuestros vegetales

00004
9 772525 034501